**ДЕРЖАВНИЙ ТОРГОВЕЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**Факультет технологій та бізнесу**

**Кафедра фізичної культури, спорту та реабілітації**

**СИЛАБУС (SYLLABUS)**

### Дисципліна «Фізична культура та види спорту»/

«PHYSICAL EDUCATION AND KINDS OF SPORTS»

**ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА**

|  |  |
| --- | --- |
| Викладач | Паришкура Юлія Володимирівна |
| Науковий ступінь | Кандидат педагогічних наук |
| Вчене звання | Доцент |
| Посада | Доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації |
| Адреса кафедри | м. Київ, вул. Кіото, 19, каб. Гуртожиток 7, 4 поверх, кабінет 402 |
| E-mail | y.paryshkura@knute.edu.ua  |
| Консультації  | Відповідно до графіку індивідуальних консультацій на сайті кафедри |

**ПОЛІТИКА АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ**

[https://knute.edu.ua/file/MzEyMQ==/c12a9f74e87d9154696ca0f761da2e5c.pdf](https://knute.edu.ua/file/MzEyMQ%3D%3D/c12a9f74e87d9154696ca0f761da2e5c.pdf)

**Дотримання академічної доброчесності передбачає:**

* самостійне виконання навчальних завдань, завдань поточного та підсумкового контролю результатів навчання (для осіб з особливими освітніми потребами ця вимога застосовується з урахуванням їхніх індивідуальних потреб і можливостей);
* посилання на джерела інформації у разі використання не авторських ідей, розробок, тверджень, відомостей і т.п.;
* дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права;
* надання достовірної інформації про результати власної наукової діяльності, використані методики досліджень і джерела інформації.

**Порушенням академічної доброчесності вважається:**

* академічний плагіат – оприлюднення (частково або повністю) наукових (творчих) результатів, отриманих іншими особами, як результатів власного дослідження (творчості) та/або відтворення опублікованих текстів (оприлюднених творів мистецтва) інших авторів без зазначення авторства;
* самоплагіат – оприлюднення (частково або повністю) власних раніше опублікованих наукових результатів як нових наукових результатів;
* фабрикація – вигадування даних чи фактів, що використовуються в наукових дослідженнях;
* фальсифікація – свідома зміна чи модифікація вже наявних даних, що стосуються наукових досліджень.

**За порушення академічної доброчесності здобувачі освіти можуть бути притягнені до академічної відповідальності:**

* повторне проходження оцінювання (модульний контроль, іспит, залік тощо);
* повторне проходження відповідного освітнього компонента освітньо-професійної програми;
* відрахування з Університету;
* позбавлення наданих університетом пільг;
* відмова у присудженні відповідного ступеня вищої освіти;

**ПОЛІТИКА ЩОДО ВІДВІДУВАННЯ ЗАНЯТЬ**

* відвідування занять є обов’язковим;
* здобувач освіти, який пропустив практичне заняття, самостійно вивчає матеріал (при виникненні питань може звертатися за консультацією згідно з розкладом консультацій викладача оприлюдненого на сайті кафедри) за наведеними джерелами, виконує завдання і здає його викладачу.
* за об’єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування та ін.) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із викладачем дисципліни.

**УЗГОДЖЕННЯ ЗМІСТУ ДИСЦИПЛІНИ З ЦІЛЯМИ СТАЛОГО РОЗВИТКУ (ЦСР)**

Зміст дисципліни «Фізична культура та види спорту» узгоджується з кількома ключовими Цілями сталого розвитку (ЦСР), зокрема:

1. **ЦСР 3.** **Забезпечення здорового способу життя та сприяння благополуччю для всіх у будь-якому віці.** Дисципліна спрямована на формування фізичної культури здобувача вищої освіти і здатності реалізувати її в соціально-професійній, фізкультурно-спортивній діяльності.
2. **ЦСР 4. Забезпечення всеохоплюючої і справедливої якісної освіти та заохочення можливості навчання впродовж усього життя для всіх.** Дисципліна сприяє розвитку якісної освіти шляхом забезпечення студентів сучасними знаннями та навичками у галузі фізичної культури і спорту. Використання інноваційних технологій та інструментів навчання підвищує конкурентоспроможність здобувачів вищої освіти на ринку праці та готує їх до викликів цифрового майбутнього.
3. **ЦСР 8. Сприяння поступальному, всеохоплюючому та сталому економічному зростанню, повній і продуктивній зайнятості та гідній праці для всіх**. Дисципліна сприяє підвищенню продуктивності праці завдяки виявленню прихованих закономірностей та тенденцій у показниках діяльності, що стимулює інновації та сприяє економічному зростанню. Актуальні знання у галузі фізичної культури і спорту.забезпечують зайнятість та гідну працю у цій сфері діяльності.

**ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Назва дисципліни / тип дисципліни** | Фізична культура та види спорту/ обов’язкова  |
| **Навчальний рік** | 2024-2025 |
| **Факультет** | Факультет технологій та бізнесу |
| **Курс** | 1-4 |
| **Семестр** | 1-8 |
| **Освітній ступінь** | Бакалавр |
| **Галузь знань** | 01 «Освіта/Педагогіка» |
| **Спеціальність** | 017 «Фізична культура і спорт» |
| **Загальна характеристика** | Кількість годин –1440Кількість кредитів – 48**Види занять:** практичні, самостійна робота.**Співвідношення аудиторних годин і годин самостійної роботи** – 650/790**Мова викладання** – українська**Форма викладання** – очна |
| **Підсумковий контроль** | Екзамен |
| **Необхідні попередні дисципліни** | «Фізична культура», «Анатомія та фізіологія людини», «Анатомія та фізіологія людини», «Спортивна фізіологія та біохімія», «Спортивна медицина», «Теорія і методика фізичної культури і спорту». |
| **Мета і завдання**  | ***Метою*** дисципліни «Фізична культура та види спорту» є формування фізичної культури здобувача вищої освіти і здатності реалізувати її в соціально-професійній, фізкультурно-спортивній діяльності.Заняття з дисципліни передбачають вирішення таких виховних, освітніх та професійних ***завдань***: • виховання потреби у фізичному самовдосконаленні, здоровому способу життя та професійній сфері;• формування системи теоретичних знань і практичних умінь у сфері фізичної культури і спорту;• забезпечення необхідного рівня професійної готовності майбутніх фахівців, який включає фізичну підготовленість, тренованість, працездатність, розвиток професійно значущих рухових якостей та психомоторних здібностей;• повноцінне використання засобів фізичної культури та спорту для профілактики захворювань, збереження та зміцнення здоров’я, оволодіння уміннями з самоконтролю у процесі фізкультурно-спортивних занять;• залучення здобувачів вищої освіти до активної фізкультурно-спортивної діяльності щодо засвоєння цінностей фізичної культури та спорту і набуття досвіду використання отриманих знань для всебічного розвитку особистості. |
| **Місце дисципліни в освітньо-професійній програмі** |
| **Загальні компетентності** | 1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. |
| **Фахова компетентності** | 1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.2. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях. 3. Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.4. Здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують.5. Здатність зміцнювати здоров’я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.6. Здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту.12. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар. |
| **Програмні результати навчання** | 4. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.8. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.9. Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров’я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз’яснювальної роботи серед різних груп населення.10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.11. Обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту.12. Аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.13. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.17. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.21 Застосовувати набуті теоретичні знання для розв’язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати. |

**ТЕМАТИКА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

Тема 1. Генеза фізичної культури і спорту

Тема 2. Теоретичний базис галузі фізичної культури і спорту

Тема 3. Олімпійські ігри та Міжнародний Олімпійський рух

Тема 4. Фізична культура і спорт в Україні

Тема 5. Матеріально-технічне забезпечення галузі фізичної культури та спорту

Тема 6. Фізична культура у закладах дошкільної освіти

Тема 7. Фізична культура у закладах середньої освіти

Тема 8. Фізична культура в закладах предвищої та вищої освіти

Тема 9. Легка атлетика з методикою викладання (бігові види)

Тема 10. Легка атлетика з методикою викладання (стрибкові види та метання)

Тема 11. Фітнес-технології та їх місце у галузі фізичної культури та спорту

Тема 12. Силові види спорту та фітнесу з методикою викладання

Тема 13. Основи гімнастики з методикою викладання

Тема 14. Рухливі ігри та методика їх викладання

Тема 15. Спортивні ігри та методика їх викладання (баскетбол, волейбол, футбол, футзал)

Тема 16. Спортивні ігри та методика їх викладання (настільний теніс, бадмінтон, теніс)

Тема 17. Олімпійські та неолімпійські види спорту. Професійний і непрофесійний спорт. Спорт для всіх

Тема 18. Фізична культура дорослого населення

Тема 19. Здоровий спосіб життя

Тема 20. Рекреаційні технології у галузі фізичної культури та спорту

Тема 21. Адаптивний спорт та адаптивне фізичне виховання

Тема 22. Фізична реабілітація

**Перелік навчальних робіт студентів та оцінки їх у балах з дисципліни «Фізична культура та види спорту»**

| **Види робіт** | Кількість балів за видами робіт |
| --- | --- |
| **1 семестр** |
| **Тема 1. Генеза фізичної культури і спорту (16 год)** |
| Практичне заняття 1-2 (4 год). Особливості фізичної культури у стародавні часи | Т – 7, АР – 8СР –3 |
| Практичне заняття 3-4 (4 год). Особливості проведення ігор стародавніми греками |
| Практичне заняття 5 (2 год). Особливості фізичної культури в середні віки |
| Практичне заняття 6-8 (6 год). Передумови формування національних систем фізичного виховання у ХVІІІ-ХІХ ст**.** |
| **Тема 2. Теоретичний базис галузі фізичної культури і спорту (8 год)** |
| Практичне заняття 9-10 (4 год). Загальні основи галузі фізичної культури і спорту.  | Т – 7, АР – 8СР –3 |
| Практичне заняття 11 (2 год). Органи управління в галузі фізичної культури і спорту |
| Практичне заняття 12 (2 год). Фізкультурно-спортивні організації, федерації, обєднання |
| **Тема 3. Олімпійські ігри та Міжнародний Олімпійський рух (30 год)** |
| Практичне заняття 13-16 (8 год). Соціальні, економічні, пацифістські, спортивні та інші передумови відродження Олімпійських ігор сучасності | Т – 7, АР – 8СР –3 |
| Практичне заняття 17-19 (6 год). Олімпійські ігри сучасності |
| Практичне заняття 20-22 (6 год). Олімпійські ігри сучасності |
| Практичне заняття 23-25 (6 год). Особливості розвитку міжнародного спортивного руху в епоху новітнього часу |
| Практичне заняття 26-27 (4 год). Особливості обладнання спортивних споруд для Олімпійських ігор  |
| **Тема 4. Фізична культура і спорт в Україні (18 год)** |
| Практичне заняття 28-29 (4 год). Зародження фізичної культури на українських землях  | Т – 7, АР – 8СР –3 |
| Практичне заняття 30-31 (4 год). Фізична культура та спорт в Україні у період нового та новітнього часу |
| Практичне заняття 32 (2 год). Фізична культура та спорт в Україні у період нового та новітнього часу |
| Практичне заняття 33 (2 год). Спортивний рух української діаспори |
| Практичне заняття 34 -36 (6 год). Україна в олімпійському русі |
| **Тема 5. Матеріально-технічне забезпечення галузі фізичної культури та спорту** **(12 год)** |
| Практичне заняття 37 (2 год). Поняття про спортивну споруду |  Т – 7, АР – 8СР –3 |
| Практичне заняття 38-39 (4 год). Основні поняття та положення сучасної системи фізкультурного обслуговування населення |
| Практичне заняття 40 (2 год). Функціональне призначення спортивної споруди |
| Практичне заняття 41 (2 год). Вимоги до спортивного обладнання та спортивного інвентаря |
| Практичне заняття 42 (2 год). Спортивні споруди для спеціалізованих спортивних шкіл, спортивних центрів та спортивних баз |
| **Аудиторна робота (АР), макс. 8 балів за 1 тему:*** Відповіді на запитання викладача (1-2 бали)
* Участь в обговоренні (1-2 бали).
* Виконання індивідуальних або групових завдань на занятті (1-2 бали).
* Структурованість викладу матеріалу, коректне оформлення (1-2 бали)
 | 40 |
| **Тестування (Т) макс. 7 балів за 1 тему (*** Правильні відповіді 25 % → 1,75 бала → округлено до 2 балів
* Правильні відповіді 50 % → 3,5 бала → округлено до 4 балів
* Правильні відповіді 75 % → 5,25 бала → округлено до 5 балів
* Правильні відповіді 100 % → 7 балів
 | 35  |
| **Самостійна робота (СР) макс. 3 бали за 1 тему:*** Завдання виконано у повному обсязі та відповідно до вимог (1 бал).
* Якість аналізу, логічність висновків та оформлення роботи (1 бал).
* Використання додаткових джерел або проведення власного дослідження (0,5 бали).
* Структурованість викладу матеріалу, коректне оформлення (0,5 бали).
 | 15 |
| **Разом за усіма видами робіт** | **90** |
| **Наукова складова** | **10** |
| **Екзамен** | **100** |
| **2 семестр** |  |
| **Тема 6. Фізична культура у закладах дошкільної освіти (10 год)** |
| Практичне заняття 43-44 (4 год). Організаційні та нормативні вимоги фізичної культури в закладах дошкільної освіти | Т – 12, АР – 8СР –3 |
| Практичне заняття 45 (2 год). Організація оздоровчої та фізкультурної роботи в дошкільному навчальному закладі |
| Практичне заняття 46 (2 год). Руховий режим дня і загальний вплив фізичних навантажень на організм |
| Практичне заняття 47 (2 год). Фізкультурно-спортивні споруди для закладів дошкільного виховання |
| **Тема 7. Фізична культура у закладах середньої освіти (14 год)**  |
| Практичне заняття 48 (2 год). Організації занять з фізичної культури у закладах середньої освіти | Т – 12, АР – 8СР –3 |
| Практичне заняття 49-50 (4 год). Фізична культура у початковій, середній і старшій школі |
| Практичне заняття 51 (2 год). Правила техніки безпеки на заняттях фізичної культури у закладах середньої освіти  |
| Практичне заняття 52 (2 год). Шляхи та перспективи розвитку фізичної культури в закладах середньої освіти України |
| Практичне заняття 53-54 (4 год).Фізкультурно-спортивні споруди для навчальних закладів |
| **Тема 8. Фізична культура в закладах предвищої та вищої освіти (12 год)** |
| Практичне заняття 55-56 (4 год). Організаційні вимоги до фізичного виховання у системі предвищої та вищої освіти | Т – 12, АР – 8СР –3 |
| Практичне заняття 57-58 (4 год). Професійно-прикладна фізична підготовка |
| Практичне заняття 59-60 (4 год). Фізкультурно-спортивні споруди для закладів предвищої та вищої освіти |
| **Тема 9. Легка атлетика з методикою викладання (бігові види) (66 год)** |
| Практичне заняття 61 (2 год). Легка атлетика в національній системі фізичного виховання | Т – 12, АР – 8СР –3 |
| Практичне заняття 62-63 (4 год). Історія розвитку легкої атлетики |
| Практичне заняття 64-73 (20 год). Основи навчання і тренування |
| Практичне заняття 74-78 (10 год). Загальна фізична та спеціальна підготовка |
| Практичне заняття 79-88 (20 год). Техніка і методика навчання легкоатлетичним вправам |
| Практичне заняття 89-91 (6 год). Спортивні споруди для занять певними видами спорту |
| Практичне заняття 92-93 (4 год). Правила змагань з видів легкої атлетики |
| **Аудиторна робота (АР), макс. 8 балів за 1 тему:*** Відповіді на запитання викладача (1-2 бали)
* Участь в обговоренні (1-2 бали).
* Виконання індивідуальних або групових завдань на занятті (1-2 бали).
* Структурованість викладу матеріалу, коректне оформлення (1-2 бали)
 | 32 |
| **Тестування (Т) макс. 12 балів за 1 тему :*** Правильні відповіді 25 % (3 бали).
* Правильні відповіді 50 % (6 балів).
* Правильні відповіді 75 % (9 балів).

Правильні відповіді 100 % (12 балів). | 48 |
| **Самостійна робота (СР) макс. 3 бали за 1 тему:*** Завдання виконано у повному обсязі та відповідно до вимог (1 бал).
* Якість аналізу, логічність висновків та оформлення роботи (1 бал).
* Використання додаткових джерел або проведення власного дослідження (0,5 бали).

Структурованість викладу матеріалу, коректне оформлення (0,5 бали). | 12 |
| **Разом за усіма видами робіт** | **92** |
| **Наукова складова** | **8** |
| **Екзамен** | **100** |
| **3 семестр** |  |
| **Тема 10. Легка атлетика з методикою викладання (стрибкові види та метання)** **(28 год)**  |
| Практичне заняття 94 (2 год). Історія розвитку легкої атлетики, класифікація, характеристика та оздоровче значення легкоатлетичних вправ | Т – 15, АР –20 СР –10 |
| Практичне заняття 95-99 (10 год). Аналіз та методика навчання техніки метань та штовхань |
| Практичне заняття 100-104 (10 год). Аналіз та методика навчання техніки стрибків у довжину та висоту |
| Практичне заняття 105 (2 год). Методика розвитку фізичних якостей засобами легкої атлетики. Правила змагань з легкої атлетики |
| Практичне заняття 106-107 (4 год). Спортивні споруди для занять певними видами спорту |
| **Тема 11. Фітнес-технології та їх місце у галузі фізичної культури та спорту****(28 год)** |
| Практичне заняття 108 (2 год). Передумови становлення фітнесу як окремої галузі | Т – 15, АР –20 СР –10 |
| Практичне заняття 109 (2 год). Функції діяльності фахівця фізичної культури і спорту у сфері фітнесу |
| Практичне заняття 110-111 (4 год). Фітнес як спосіб життя |
| Практичне заняття 112-114 (6 год). Види фітнесу, особливості викладання за цільовою аудиторією |
| Практичне заняття 115-119 (10 год). Методика викладання фітнесу та загальна характеристика форм організації занять |
| Практичне заняття 120-121 (4 год). Аеробний фітнес |
| **Аудиторна робота (АР), макс. 20 балів за 1 тему:*** Відповіді на запитання викладача (1-4 бали)
* Участь в обговоренні (1-4 бали).
* Виконання індивідуальних або групових завдань на занятті (1-4 бали).
* Структурованість викладу матеріалу, коректне оформлення (1-4 бали)
* Критичне та креативне мислення у моделюванні ситуацій/кейс-стаді (1-4 бали)
 | **40** |
| * **Тестування (Т) макс. 15 балів за 1 тему**
* Правильні відповіді 25 % → 3,75 бала → округлено до 4 балів
* Правильні відповіді 50 % → 7,5 бала → округлено до 8 балів
* Правильні відповіді 75 % → 11,25 бала → округлено до 11 балів
* Правильні відповіді 100 % → 15 балів
 | **30** |
| **Самостійна робота (СР) макс. 10 балів за 1 тему:*** Завдання виконано у повному обсязі та відповідно до вимог (1-3 бали).
* Якість аналізу, логічність висновків та оформлення роботи (1-3 бали).
* Використання додаткових джерел або проведення власного дослідження (1-3 бали).
* Структурованість викладу матеріалу, коректне оформлення (0,5-1 бал).
 | **20** |
| **Разом за усіма видами робіт** | **90** |
| **Наукова складова** | **10** |
| **Екзамен** | **100** |
| **4 семестр** |  |
| **Тема 12. Силові види спорту та фітнесу з методикою викладання (48 год)** |
| Практичне заняття 122-123 (4 год). Загальні вимоги до техніки безпеки і профілактика травматизму | Т – 15, АР –20 СР –10 |
| Практичне заняття 124-125 (4 год). Закономірності силового тренування |
| Практичне заняття 126-128 (6 год). Розвиток силових видів спорту та фітнесу в Україні |
| Практичне заняття 129-133 (10 год). Силовий фітнес та методика його викладання |
| Практичне заняття 134-138 (10 год). Основи персонального тренуваня |
| Практичне заняття 139-142 (8 год). Планування персональної програми тренувальних занять |
| Практичне заняття143-145 (6 год). Побудова тренувального процесу спортсменів на різних етапах річного тренувального циклу |
| **Тема 13. Основи гімнастики з методикою викладання перша частина (66 год)** |
| Практичне заняття 146-162 (34 год). Структура уроку основної гімнастики. Методика та послідовність розробки плану-конспекту уроку з основної гімнастики у школі | Т – 15, АР –20 СР –10 |
| Практичне заняття 163-176 (28 год). Основи структурного аналізу гімнастичних вправ |
| Практичне заняття 177-178 (4 год). Загальнорозвивальні вправи на гімнастичній лаві |
| **Аудиторна робота (АР), макс. 20 балів за 1 тему:*** Відповіді на запитання викладача (1-4 бали)
* Участь в обговоренні (1-4 бали).
* Виконання індивідуальних або групових завдань на занятті (1-4 бали).
* Структурованість викладу матеріалу, коректне оформлення (1-4 бали)

Критичне та креативне мислення у моделюванні ситуацій/кейс-стаді (1-4 бали) | **40** |
| * **Тестування (Т) макс. 15 балів за 1 тему**
* Правильні відповіді 25 % → 3,75 бала → округлено до 4 балів
* Правильні відповіді 50 % → 7,5 бала → округлено до 8 балів
* Правильні відповіді 75 % → 11,25 бала → округлено до 11 балів
* Правильні відповіді 100 % → 15 балів
 | **30** |
| **Самостійна робота (СР) макс. 10 балів за 1 тему:*** Завдання виконано у повному обсязі та відповідно до вимог (1-3 бали).
* Якість аналізу, логічність висновків та оформлення роботи (1-3 бали).
* Використання додаткових джерел або проведення власного дослідження (1-3 бали).

Структурованість викладу матеріалу, коректне оформлення (0,5-1 бал). | **20** |
| **Разом за усіма видами робіт** | **90** |
| **Наукова складова** | **10** |
| **Екзамен** | **100** |
| **5 семестр** |  |
| **Тема 13. Основи гімнастики з методикою викладання друга частина (36 год)** |
| Практичне заняття 179-180 (4 год). Загальнорозвивальні вправи із скакалкою | Т – 15, АР –20 СР –10 |
| Практичне заняття 181-192 (26 год). Музично-рухове виховання |
| Практичне заняття193-195 (6 год). Спортивні споруди для занять певними видами спорту |
| **Тема 14. Рухливі ігри та методика їх викладання (20 год)** |
| Практичне заняття 196 (2 год). Педагогічна характеристика рухливих ігор | Т – 15, АР –20 СР –10 |
| Практичне заняття 197 (2 год). Освітнє та виховне значення рухливих ігор |
| Практичне заняття 198 (2 год). Класифікація рухливих ігор, їх характеристика |
| Практичне заняття 199 (2 год). Методика проведення рухливих ігор з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку |
| Практичне заняття 200 (2 год). Рухливі ігри на уроці фізичної культури |
| Практичне заняття 201 (2 год). Методика проведення рухливих ігор з дітьми середнього і старшого шкільного віку на уроці |
| Практичне заняття 202 (2 год). Різновиди рухових ігор і методика іх проведення |
| Практичне заняття 203 (2 год). Методика проведення рухливих ігор під час урочної роботи |
| Практичне заняття 204 (2 год). Організаційно-педагогічне значення рухливих ігор для дітей різних вікових груп, що проводяться під час позакласної роботи. |
| Практичне заняття 205 (2 год). Методика проведення рухливих ігор у заняттях спортом |
| **Аудиторна робота (АР), макс. 20 балів за 1 тему:*** Відповіді на запитання викладача (1-4 бали)
* Участь в обговоренні (1-4 бали).
* Виконання індивідуальних або групових завдань на занятті (1-4 бали).
* Структурованість викладу матеріалу, коректне оформлення (1-4 бали)

Критичне та креативне мислення у моделюванні ситуацій/кейс-стаді (1-4 бали) | **40** |
| * **Тестування (Т) макс. 15 балів за 1 тему**
* Правильні відповіді 25 % → 3,75 бала → округлено до 4 балів
* Правильні відповіді 50 % → 7,5 бала → округлено до 8 балів
* Правильні відповіді 75 % → 11,25 бала → округлено до 11 балів
* Правильні відповіді 100 % → 15 балів
 | **30** |
| **Самостійна робота (СР) макс. 10 балів за 1 тему:*** Завдання виконано у повному обсязі та відповідно до вимог (1-3 бали).
* Якість аналізу, логічність висновків та оформлення роботи (1-3 бали).
* Використання додаткових джерел або проведення власного дослідження (1-3 бали).

Структурованість викладу матеріалу, коректне оформлення (0,5-1 бал). | **20** |
| **Разом за усіма видами робіт** | **90** |
| **Наукова складова** | **10** |
| **Екзамен** | **100** |
| **6 семестр** |  |
| **Тема 15. Спортивні ігри та методика їх викладання (баскетбол, волейбол, футбол, футзал) (26 год)** |
| Практичне заняття 206 (2 год). Історія розвитку баскетболу. Підготовка у баскетболі | Т – 15, АР –20 СР –10 |
| Практичне заняття 207 (2 год). Техніка та тактика гри у баскетбол |
| Практичне заняття 208 (2 год). Техніка нападу та захисту у баскетболі |
| Практичне заняття 209 (2 год). Волейбол. Історія розвитку гри. |
| Практичне заняття 210 (2 год). Техніка та тактика гри у волебол |
| Практичне заняття 211 (2 год). Техніка та тактика нападу та захисту гри у волейболі |
| Практичне заняття 212 (2 год). Розвиток гри «футбол» |
| Практичне заняття 213 (2 год). Техніка та тактика гри у футбол |
| Практичне заняття 214 (2 год). Техніка гри воротаря |
| Практичне заняття 215 (2 год). Індивідуальні, групові та командні дії |
| Практичне заняття 216 (2 год). Футзал. Розвиток гри «футзал». |
| Практичне заняття 217 (2 год). Техніка та тактика гри у футзал |
| Практичне заняття 218 (2 год). Спортивні споруди для занять певними видами спорту. Практичні та методичні основи проведення змагань з видів спортивних ігор |
| **Тема 16. Спортивні ігри та методика їх викладання (настільний теніс, бадмінтон, теніс) (30 год)** |
| Практичне заняття 219-220 (4 год).Теніс і настільний теніс. Історія розвитку гри | Т – 15, АР –20 СР –10 |
| Практичне заняття 221-222 (4 год).Фізична, технічна та тактична підготовка. Здача контрольних нормативів |
| Практичне заняття 223-224 (4 год).Бадмінтон. Історія розвитку гри з воланом |
| Практичне заняття 225-226 (4 год).Технічна підготовка бадмінтоніста |
| Практичне заняття 227-228 (4 год). Способи пересування на майданчику. Здача контрольних нормативів |
| Практичне заняття 229-231 (6 год).Спортивні споруди для занять певними видами спорту |
| Практичне заняття 232-233 ( 4 год)**.** Правила змагань з видів спортивних ігор |
| **Аудиторна робота (АР), макс. 20 балів за 1 тему:*** Відповіді на запитання викладача (1-4 бали)
* Участь в обговоренні (1-4 бали).
* Виконання індивідуальних або групових завдань на занятті (1-4 бали).
* Структурованість викладу матеріалу, коректне оформлення (1-4 бали)

Критичне та креативне мислення у моделюванні ситуацій/кейс-стаді (1-4 бали) | **40** |
| * **Тестування (Т) макс. 15 балів за 1 тему**
* Правильні відповіді 25 % → 3,75 бала → округлено до 4 балів
* Правильні відповіді 50 % → 7,5 бала → округлено до 8 балів
* Правильні відповіді 75 % → 11,25 бала → округлено до 11 балів
* Правильні відповіді 100 % → 15 балів
 | **30** |
| **Самостійна робота (СР) макс. 10 балів за 1 тему:*** Завдання виконано у повному обсязі та відповідно до вимог (1-3 бали).
* Якість аналізу, логічність висновків та оформлення роботи (1-3 бали).
* Використання додаткових джерел або проведення власного дослідження (1-3 бали).

Структурованість викладу матеріалу, коректне оформлення (0,5-1 бал). | **20** |
| **Разом за усіма видами робіт** | **90** |
| **Наукова складова** | **10** |
| **Екзамен** | **100** |
| **7 семестр** |
| **Тема 17. Олімпійські та неолімпійські види спорту. Професійний і непрофесійний спорт. Спорт для всіх (28 год)** |
| Практичне заняття 234-235 (4 год). Структура міжнародного олімпійського руху | Т – 15, АР –20 СР –10 |
| Практичне заняття 236-237 (4 год). Олімпійська освіта в світі та Україні |
| Практичне заняття 238-239 (4 год. Олімпійський спорт і політика |
| Практичне заняття 240-241 (4 год). Паралімпійський рух у світі та в Україні |
| Практичне заняття 242-243 (4 год). Актуальні проблеми сучасного олімпійського руху |
| Практичне заняття 244-245 (4 год). Передумови виникнення та соціально-економічні аспекти розвитку професійного спорту |
| Практичне заняття 246-247 (4 год). Олімпійський і масовий спорт |
| **Тема 18. Фізична культура дорослого населення (28 год)** |
| Практичне заняття 248-250 (6 год). Організація та забезпечення фізичної підготовки у Збройних силах  | Т – 15, АР –20 СР –10 |
| Практичне заняття 251-253 (6 год). Зміст фізичної підготовки у Збройних силах |
| Практичне заняття 254-256 (6 год). Фізична культура в системі праці та побуті населення |
| Практичне заняття 257-259 (6 год). Фізична культура людей зрілого, похилого та старшого віку |
| Практичне заняття 260-261 (4 год). Фізкультурно-спортивні споруди за місцем проживання та відпочинку населення |
| **Аудиторна робота (АР), макс. 20 балів за 1 тему:*** Відповіді на запитання викладача (1-4 бали)
* Участь в обговоренні (1-4 бали).
* Виконання індивідуальних або групових завдань на занятті (1-4 бали).
* Структурованість викладу матеріалу, коректне оформлення (1-4 бали)

Критичне та креативне мислення у моделюванні ситуацій/кейс-стаді (1-4 бали) | 40 |
| * **Тестування (Т) макс. 15 балів за 1 тему**
* Правильні відповіді 25 % → 3,75 бала → округлено до 4 балів
* Правильні відповіді 50 % → 7,5 бала → округлено до 8 балів
* Правильні відповіді 75 % → 11,25 бала → округлено до 11 балів
* Правильні відповіді 100 % → 15 балів
 | 30 |
| **Самостійна робота (СР) макс. 10 балів за 1 тему:*** Завдання виконано у повному обсязі та відповідно до вимог (1-3 бали).
* Якість аналізу, логічність висновків та оформлення роботи (1-3 бали).
* Використання додаткових джерел або проведення власного дослідження (1-3 бали).

Структурованість викладу матеріалу, коректне оформлення (0,5-1 бал). | 20 |
| **Разом за усіма видами робіт** | **90** |
| **Наукова складова** | **10** |
| **Екзамен** | **100** |
| **8 семестр** |  |
| **Тема 19. Здоровий спосіб життя (32 год)** |
| Практичне заняття 262 (2 год). Здоров’я, його складові | Т – 12, АР – 8СР –3 |
| Практичне заняття 263-264 (4 год). Здоровий спосіб життя як основний елемент збереження здоров’я |
| Практичне заняття 265-266 (4 год). Рухова активність та раціональний режим праці і відпочинку як складові здорового способу життя |
| Практичне заняття 267-268 (4 год). Раціональне харчування як складова здорового способу життя |
| Практичне заняття 269-270 (4 год). Загартовування як метод збереження здоров’я у рамках здорового способу життя |
| Практичне заняття 271 (2 год). Поширеність та причини вживання алкогольних напоїв |
| Практичне заняття 272 (2 год). Вживання наркотичних речовин, вплив на здоров’я, методи профілактики |
| Практичне заняття 273 (2 год). Тютюнопаління та його вплив на здоров’я. |
| Практичне заняття 274-275 (4 год). Статева поведінка, як складова способу життя |
| Практичне заняття 276-277 (4 год). Вплив сучасних комп’ютерних технологій на здоров’я |
| **Тема 20. Рекреаційні технології у галузі фізичної культури та спорту (32 год)** |
| Практичне заняття 278-279 ( 4 год). Основи фізичної рекреації | Т – 12, АР – 8СР –3 |
| Практичне заняття 280-282 (6 год). Форми та функції рекреації |
| Практичне заняття 283-286 (8 год). Туризм як засіб рекреаційно-оздоровчої роботи |
| Практичне заняття 287-290 (8 год). Фітнес як засіб оздоровлення. Використання рекреаційних ігор в оздоровчій діяльності |
| Практичне заняття 291-293 (6 год). Фізкультурно-спортивні споруди для занять туризмом |
| **Тема 21. Адаптивний спорт та адаптивне фізичне виховання (32 год)** |
| Практичне заняття 294 (2 год). Адаптивний спорт в системі міжнародного олімпійського руху | Т – 12, АР – 8СР –3 |
| Практичне заняття 295 (2 год). Мета та завдання адаптивного спорту |
| Практичне заняття 296 (2 год). Особливості спортивної роботи з інвалідами |
| Практичне заняття 297 (2 год). Організаційні аспекти проведення змагань з паралімпійських видів спорту |
| Практичне заняття 298 (2 год). Особливості спортивної підготовки інвалідів |
| Практичне заняття 299-300 (4 год). Спортивна підготовка інвалідів, що мають пошкодження опорнорухового апарату (ПОРА) |
| Практичне заняття 301-302 (4 год). Спортивна підготовка осіб з відхиленнями розумового розвитку |
| Практичне заняття 303 (2 год). Cпеціальне обладнання у Паралімпійському спорті |
| Практичне заняття 304-305 (4 год). Основи адаптивного фізичного виховання |
| Практичне заняття 306 (2 год). Базові концепції методики адаптивного фізичного виховання |
| Практичне заняття 307 (2 год). Форма організації адаптивного фізичного виховання з дітьми-інвалідами в дошкільному віці |
| Практичне заняття 308-309 (4 год). Фізкультурно-спортивні споруди для осіб з обмеженими можливостями |
| **Тема 22. Фізична реабілітація (32 год)** |
| Практичне заняття 310-313 (8 год). Поняття реабілітації та місце у ній фізичної терапії | Т – 12, АР – 8СР –3 |
| Практичне заняття 314-316 (6 год). Етапи підготовки фахівців з ФР |
| Практичне заняття 317-319 ( 6 год). Реабілітаційний супровід |
| Практичне заняття 320-322 (6 год). Фізична реабілітація після травм та операцій колінного суглобу |
| Практичне заняття 323-325 (6 год). Виробничі фізкультурно-оздоровчі та реабілітаційні споруди та центри |
| **Аудиторна робота (АР), макс. 8 балів за 1 тему:*** Відповіді на запитання викладача (1-2 бали)
* Участь в обговоренні (1-2 бали).
* Виконання індивідуальних або групових завдань на занятті (1-2 бали).

Структурованість викладу матеріалу, коректне оформлення (1-2 бали) | 32 |
| **Тестування (Т) макс. 12 балів за 1 тему(проводиться на цифровій платформі):*** Правильні відповіді 25 % (3 бали).
* Правильні відповіді 50 % (6 балів).
* Правильні відповіді 75 % (9 балів).
* Правильні відповіді 100 % (12 балів).
 | 48 |
| **Самостійна робота (СР) макс. 3 бали за 1 тему:*** Завдання виконано у повному обсязі та відповідно до вимог (1 бал).
* Якість аналізу, логічність висновків та оформлення роботи (1 бал).
* Використання додаткових джерел або проведення власного дослідження (0,5 бали).

Структурованість викладу матеріалу, коректне оформлення (0,5 бали). | 12 |
| **Разом за усіма видами робіт** | **92** |
| **Наукова складова** | **8** |
| **Екзамен** | **100** |

|  |
| --- |
| ****Загальні правила:***** Максимальний бал за аудиторну та самостійну роботу визначається сумарно за всі заняття.
* Всі завдання з дисципліни будуть розміщені платформі MOODLE.

Здобувач може отримати додаткові бали за участь у науково-дослідній діяльності, що стосується тематики фізичної культури і спорту. Додаткові бали можуть бути нараховані за публікацію тез наукової конференції, наукової статті, доповідь на конференції або круглому столі та участь у студентському науковому конкурсі |
| **Письмовий екзамен:** 100 балів |
| За тиждень до початку екзамену здобувачівищої освіти будуть ознайомлені із структурою білета та правилами проведення екзамену. Екзаменаційна оцінка (100 балів) є результатом виконання 3 завдань та 2 тестів.Відповідь на екзамені оцінюється за 100-баловою шкалою: 90–100 балів – «відмінно», 75–89 – «добре», 59–74 – «задовільно», менше 59 – «незадовільно». |
| **Підсумкова оцінка за семестр: 100 балів**визначається як середньоарифметична сума балів поточного контролю та екзамену |

**2.2. Критерії оцінювання екзамену:**

|  |  |
| --- | --- |
| Шкала ДТЕУ | Критерії оцінювання навчальних досягнень здобувачів |
| **90-100** | Відповідь або виконання завдання характеризується правильністю та повнотою без допомоги викладача. Здобувач має глибокі міцні і системні знання з теоретичного курсу, може чітко сформулювати його методологічні основи, використовуючи наукову термінологію, знає основні проблеми, мету та завдання, правильно класифікує типи занять, знає їх макроструктуру; фактори, що зумовлюють варіативність макроструктури занять; вміє самостійно розробляти методику організації і проведення занять всіх типів; складати їх детальні конспекти; чітко виділяє основні елементи знань, якими оволодівають ті хто займається; може ефективно управляти процесом їх формування; вміє обґрунтовувати ефективність вибору засобів наочності відповідно до дидактичної мети; проявляє творчі здібності, приймає участь у науковій роботі, цікавиться новітніми досягненнями методичної галузі, усвідомлює значення самостійної роботи для власного професійного зростання. |
| **82-89** | Відповідь або виконання завдання характеризується повнотою з незначними огріхами без надання допомоги з боку викладача.Здобувач має ґрунтовні знання, вміє розробляти методику організації і проведення занять всіх типів; складати їх конспекти; здатен виділяти в певній частині (тема, розділ, клас, курс) змісту знань, що складають основу понять, аналізувати зміст підручників і навчальних посібників; вибирати оптимальні методи навчання з метою ефективного досягнення дидактичних цілей у конкретних педагогічних ситуаціях цілісного процесу навчання, але спирається на рекомендації викладача не проявляючи творчої ініціативи, не завжди використовує новітні педагогічні технології удосконалення навчального процесу  |
| **75-81** | Відповідь або виконання завдання характеризується недостатньою повнотою, але правильністю без надання допомоги викладача. Здобувач володіє обсягом знань та умінь, які є необхідними для розкриття теми, користується термінологією, однак визначення поняттям надає неточно. Здобувач знає програмний матеріал повністю, вміє розробляти методику організації і проведення занять всіх типів; вміє складати структурно-логічні схеми та конспекти занять за поданим зразком та користуючись методичними посібниками; розробляє методику організації і проведення занять всіх типів; здобувач складає їх детальні конспекти; правильно аналізує зміст підручників і навчальних посібників; здатен вибирати оптимальні методи навчання, здатен до правильної організації самостійної роботи, але може припускатися окремих неточностей, які виправляє після надання консультативної допомоги викладача. |
| **69-74** | Відповідь або виконання завдання характеризується неповнотою і проводяться за допомогою консультації викладача. Здобувач знає основні теми курсу, має уявлення про його структуру та проблематику, але його знання мають загальний характер, конспекти занять складає за зразком, розрізняє засоби наочності, але використовує їх не оптимально, плутається у визначенні понять, не може довести причини використання методів навчання, характеризує методи навчання без підкріплення прикладами. Замість чіткого термінологічного визначення пояснює теоретичний матеріал на побутовому рівні. Має прогалини в теоретичному курсі та практичних вміннях. Значну частину матеріалу здобувач наводить на репродуктивному рівні, зазнає труднощі під час надання визначень ключовим поняттям теми. Для розкриття теоретичних питань, виконання завдань та демонстрації практичних умінь необхідна консультативна допомога з боку викладача. |
| **60-68** | Відповідь або виконання завдання характеризується фрагментарністю і є можливими тільки за умови надання допомоги викладача. Здобувач знає основні теми курсу, має уявлення про його структуру та проблематику, але його знання мають не системний характер; конспекти занять складає за зразком, по шаблону, розрізняє засоби наочності, але використовує їх неефективно, плутається у визначенні музичних понять, не може добрати і обґрунтувати ефективність використання методів навчання відповідно до теми, застосувати свої знання у процесі проведення уроку може тільки під безпосереднім керівництвом викладача. Замість чіткого термінологічного визначення пояснює теоретичний матеріал на побутовому рівні. Має прогалини в теоретичному курсі та не прикладає зусиль для удосконалення практичних вмінь та навичок. Викладення матеріалу відбувається на репродуктивному рівні зі значною кількістю огріхів та неточностей.  |
| **0-59** | Відповідь або виконання завдання характеризується неправильністю та фрагментарністю, відбуваються під керівництвом викладача. Теоретичний матеріал, передбачений робочою програмою курсу, засвоєно частково, необхідні практичні уміння не сформовано.  |

# Політика курсу:

|  |  |
| --- | --- |
| Відпрацювання пропусків занять | Студент, який пропустив заняття, самостійно вивчає матеріал за наведеними у силабусі та робочій програмі з дисципліни джерелами і ліквідує заборгованість у форматі, погодженому з викладачем. Відпрацювання дозволяється тільки в разі пропуску занять з поважної причини, яка підтверджена деканатом. Пропущені за поважною причиною заняття відпрацьовуються у час, відведений на консультації. |
| Допуск до підсумкового контролю (екзамен) | Відповідно до «[Положення про організацію освітнього процесу студентів](https://knute.edu.ua/file/MjkwNQ%3D%3D/15ea4be1bb79f7e282d6cb35edfaf027.pdf)» усі студенти допускаються до екзамену.  |
| Академічна доброчесність | Дотримується відповідно до «[Положення про дотримання академічної доброчесності педагогічними, науково-педагогічними, науковими працівниками та здобувачами освіти](https://knute.edu.ua/blog/read/?pid=1086&uk#7)»  |

**СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ**

#### **Основний**

1. Хоменко С.В., Гриб Т.О., Клименченко Т.Г. Історія фізичної культури на різних етапах розвитку суспільства. Навчально-методичний посібник. Cуми: 2019. 105 с.

*2. Колумбет О.М. Теорія і методика фізичної культури. Опорні схеми. Навчальний посібник. Вінниця: Твори, 2019. 512 с*.

3. Теорія і методика фізичного виховання. Підручник у 2 т. / гол. ред. Т.Ю.Круцевич. Київ: Олімпійська література, 2021. 682 с.